



39. Erfurter Silvesterlauf

Erfurt / 31.12.2012

□□□□

Körner, Karsten

□□: Magdeburg

□□: 1385

□□: 10.00 km

Wertungslauf um den Pokal der Köstritzer Schwarzbierbrauerei

□□□□:

Senioren M40 (40-49 Jahre)

□□□: 52:17

□□: 11.48 km/h

□□□□: 5:14 min/km

□□□□□/□□□: 398 (of 618)

□□□□□/□: 356 (of 500)

□□□□□□: 31:03

□□□□□: 128(of 171)

□□□□□□□: 34:32

□□□□

□□□□

□□□

□□□	□□ km	□□ □□	□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □	□□□	□□□ □□	□□□ min/km	□□ -	□□ -	□□ □	□□ □
Runde	2.00	11:07	5:33	150	4:29	409	5:04	2.00	11:07	5:33	49	2:37	121	2:37
Runde	2.00	10:16	5:08	132	3:25	362	4:10	4.00	21:23	5:20	73	7:05	196	9:05
Runde	2.00	10:30	5:15	130	3:22	360	4:16	6.00	31:53	5:18	71	10:13	193	13:21
Runde	2.00	10:34	5:16	126	3:34	353	4:18	8.00	42:27	5:18	71	13:28	193	17:39
Leichtathletikhall	2.00	9:50	4:55	95	2:55	279	3:39	10.00	52:17	5:13	128	17:45	357	25:49